

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 19.12.2025 года

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Г.В. Хозяенко

Возрастная категория: от 2-3 лет, 3 - 7 лет
Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		от 2х от 3х	до 3х до 7 лет		
Завтрак	Каша манная молочная	180	200	179,92	292,88
	Батон нарезной	20	30	59	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97
	ИТОГО	385	435	368,51	506,11
2й завтрак	Яблоко	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Суп крупой	150	180	95,53	107,8
	Гуляш из говядины	60	80	97,2	128,2
	Пюре картофельное	120	130	156	191
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		550	640	545,14	681,63
полдник	Молоко кип.	180	200	166,13	175,63
	Хлеб с повидлом	40	50	97,52	109,21
ИТОГО		220	250	263,65	284,84
Ужин	Вареники ленивые со сметаной	130/20	150/20	197,41	201,97
	Хлеб ржаной	40	50	57	70,5
	Какао с молоком	180	200	133,92	166
ИТОГО		370	420	388,33	438,47
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал
От 1,5х-3х лет		42,57	38,18	215,69	Выход,г
От 3х-до 7 лет		55,45	41,06	275,98	1655
				2019,18	1885